



Centro de Educação Infantil A Mão Cooperadora – CAMPO COMPRIDO
CARDÁPIO DEZEMBRO 2021



ALMOÇO GERAL - GERAL

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem			Arroz 1 Feijão Filé de frango á pizzaiolo Legumes assados Alface e beterraba ralada	Arroz 2 Feijão Quibe recheado com tomate Creme de espinafre Agrião e brócolis	Arroz 3 Feijão Coxa e sobrecoxa desfiada Farofa de ovo Pepino japonês e cenoura ralada
2ª Sem	Arroz 6 Feijão Carne moída com molho de tomate Polenta cremosa Alface crespa picada e abobrinha	Arroz 7 Feijão Isclas de frango Suflê de batata Couve manteiga e laranja	Arroz 8 Feijão Carne de panela desfiada Cenoura sauté Alface e chuchu	Arroz 9 Feijão Frango xadrez (com legumes) Macarrão alho e óleo Cenoura ralada e couve-flor	Arroz 10 Feijão Estrogonofe de carne Batata palha Tabule
3ª Sem	Arroz 13 Lentilha Ovos mexidos com tomate e espinafre Pimentão e brócolis	Arroz 14 Feijão Filé de frango grelhado Quirera Repolho e brócolis	Arroz 15 Feijão Bife acebolado Batata rústica assada Alface roxa e beterraba	16 FÉRIAS	17 FÉRIAS
4ª Sem	20 FÉRIAS	21 FÉRIAS	22 FÉRIAS	23 FÉRIAS	24 FÉRIAS
5ª Sem	27 FÉRIAS	28 FÉRIAS	29 FÉRIAS	30 FÉRIAS	31 FÉRIAS

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; **As saladas e frutas são variadas de acordo com a sazonalidade;* As 10h é servido uma fruta ou biscoito ****Às 14h é servida uma Fruta; ****Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado para melhor aceitação das crianças.**



Centro de Educação Infantil A Mão Cooperadora – CAMPO COMPRIDO
CARDÁPIO DEZEMBRO 2021



CAFÉ DA MANHÃ

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem			Mingau de aveia E banana 1	Chá de hortelã Fruta 2	Chá de capim limão Ovos mexidos 3
2ª Sem	Chá de camomila 6 Pão semi integral com geleia	Suco natural 7 Biscoito polvilho doce	Vitamina de frutas 8 e pão semi integral com manteiga	Chá de hortelã 9 Fruta	Chá de capim limão 10 Ovos mexidos
3º Sem	Café com leite 13 Ovo cozido	Chá de camomila 14 Pão semi integral com manteiga	Chá de capim limão 15 Ovos mexidos	16	17
4º Sem	FÉRIAS 20	FÉRIAS 21	FÉRIAS 22	FÉRIAS 23	FÉRIAS 24
5º Sem	FÉRIAS 27	FÉRIAS 28	FÉRIAS 29	FÉRIAS 30	FÉRIAS 31

Os líquidos para menores de 3 anos é sem açúcar!

LANCHE DA TARDE

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem			Risoto de frango 1	Chá claro (quente ou gelado) 2 Mini sanduiche natural	3 Creme de batata com legumes
2ª Sem	Chá claro + pipoca 6 + 1 fruta	Polenta cremosa 7 Com frango	Caldo de feijão com 8 Picadinho de carne	Suco natural 9 Bolo de banana com aveia	Vitamina de frutas 10 Biscoito de polvilho doce
3º Sem	Chá gelado 13 Torta de legumes	Sopa de legumes 14	Sorvete de manga 15 natural	16	17
4º Sem	FÉRIAS 20	FÉRIAS 21	FÉRIAS 22	FÉRIAS 23	FÉRIAS 24
5º Sem	FÉRIAS 27	FÉRIAS 28	FÉRIAS 29	FÉRIAS 30	FÉRIAS 31

Observação: Toda a nossa alimentação é preparada com temperos naturais.

Observação 2: No dia da pipoca para o berçário deve ser ofertado mingau de aveia no lugar.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; **As saladas e frutas são variadas de acordo com a sazonalidade;*** As 10h é servido uma fruta ou biscoito ****Às 14h é servida uma Fruta; ****Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado para melhor aceitação das crianças.